Extra

A SOLO S/ 0.50!

Director Antonio Ramírez P. » MARTES 29 de ABRIL de 2025 » Año LX » Nº 20,145

www.extra.com.pe

FINAL DE LA LIBERTADORES SE JUGARÁ EN LIMA

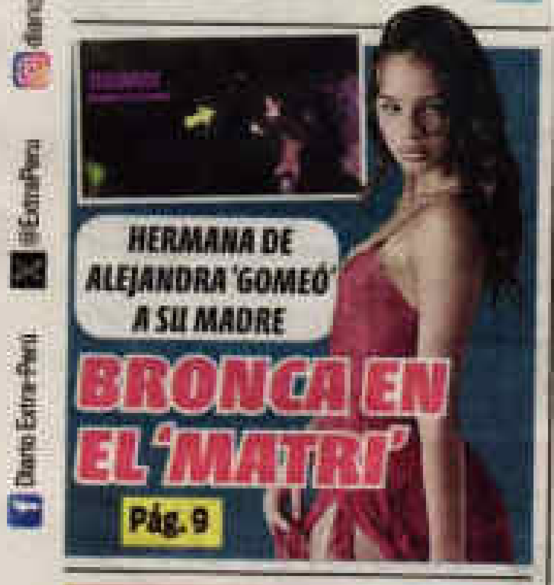
Pág. 16



LA COPA ES NUESTRA

EL MONUMENTAL SERÍA LA SEDE





HERMANA DE ALEJANDRA 'GOMEÓ' A SU MADRE

BRONCA EN EL 'MATRI'

Pág. 9

MATAN A DOS ABUELITAS



SICARIO LES DISPARÓ CINCO VECES



Pág. 2

¡EN SAN JUAN DE LURIGANCHO!



JUSTO AYER IBAN A VOLVER A CLASES PRESENCIALES

METEN BOMBA A COLEGIO

Pág. 3

EXTORSIONADORES EXIGEN 20,000 DÓLARES AL DIRECTOR

EXPLOSIVO REVENTÓ EN LA FACHADA DEL I.E.P. GRAN AMAUTA DE MOTUPE

TESTIGOS SEÑALAN A DOS SUJETOS A BORDO DE UNA MOTO COMO LOS RESPONSABLES

SICARIO ACRIBILLA A DOS ABUELITAS

- Llegó a bordo de una moto y abrió fuego cinco veces.



Se investiga el móvil del crimen contra la adulta mayor.

- Una murió y la otra quedó herida. Occisa tenía a un hijo preso.

La policía aboca sus esfuerzos para dar con la identidad y capturar a los dos sicarios que atacaron a balazos a dos adultas mayores, acabando con la vida de una de ellas y dejando herida a la otra en Áncash.

El cobarde y artero atentado acabó al instante con la vida de Magdalena Hermelinda Mendoza Gómez. Para la policía, el hecho de sangre podría estar relacionado al accionar de uno de los hijos de la difunta.

"Su hijo tiene antecedentes penales y se encuentra preso en un penal", dijo un agente de la División de Homicidios que, junto a peritos, tuvo la misión de recoger huellas del brutal ataque.



Los criminales completaron su estela de sangre y terror en apenas 30 segundos.

Quien iba como copiloto en la motocicleta esperó estar cerca de las ancianas para abrir fuego sin decir nada.

Mendoza Gómez perdió la vida al instante, al impactarle los proyectiles en el tórax y abdomen.

"La cantidad de impactos de bala que sufrió denota ensañamiento con ella", agregó el policía.

Mejor suerte corrió Santos Felipe Varas Luján, otra anciana mujer que resultó herida y fue conducida de emergencia al Hospital La Caleta de Chimbote, donde los médicos curaron la herida de proyectil en el brazo derecho, con entrada y salida.

El hecho ocurrió durante la mañana en el sector San Carlos Alto, distrito del Santa, en la región Áncash, y se sabe que Varas Luján de 60 años se convirtió en una víctima circunstancial del hecho, pues no tenía relación con la occisa.

La policía busca imágenes de cámaras de seguridad que hayan captado a los asesinos para identificarlos y ubicarlos.



PNP CANEÓ A DOS

HOMBRE SALVA DE SECUESTRO

La policía capturó a dos hombres, uno de ellos herido, momentos después de secuestrar a un empresario, quien se lanzó del vehículo de sus plagiarios en marcha, en Villa El Salvador.

Ocurrió entre las avenidas El Sol y Los Forestales, luego que la víctima fue interceptada a balazos por desconocidos a bordo de un auto plomo con placa clonada.

Mientras era trasladado, el secuestrado abrió la puerta y se lanzó a la vía, a fin de salvar su vida.

La policía localizó luego a los criminales pero estos abrieron fuego desatándose un tiroteo.

Allí fueron detenidos Jeffrey Jeremy Gutiérrez Quispe y Antonio Gregorio Laura Alvarado, este último herido y trasladado a un hospital para recibir atención médica.



UNIFORMES Y DOCUMENTOS SE HICIERON HUMO

INCENDIO ARRASA CON ENSERES DE 80 ALUMNOS DE LA PNP

Un incendio que se registró en la Escuela de la Policía Nacional en Puente Piedra arrasó con el dormitorio de 80 cadetes, cuyas pertenencias y enseres fueron consumidos por el fuego.

Al lugar llegó el congresista Alfredo Azurín, quien inspeccionó el lugar, señalando que uniformes, documentos y lo que guardaban los estudiantes en gaveteros se hizo humo.

El siniestro, cuyas causas son investigadas, se registró durante la mañana mientras los alumnos realizaban sus labores habituales.

Videos subidos a las redes sociales muestran la magnitud del fuego que se apoderó de un pabellón, arrasando con todo a su paso.

Hasta el lugar llegaron ocho unidades de los bomberos y dos camiones cisternas, logrando contener el avance del fuego luego de tres horas.

Además, luego de conocerse la noticia, los padres de familia de los estudiantes llegaron hasta el lugar, a fin de velar por el bienestar de sus hijos.

PROMOTOR ES 8 VECES AMENAZADO

IDENTIFICA AL EXTORSIONADOR



Tras ser extorsionado en ocho ocasiones y denunciar vanamente, el promotor de eventos folclóricos Jhon Leyva, identificó al criminal que le exige una millonaria suma para no atentar contra su persona.

El pasado domingo, mientras esperaba la presentación de Sonia Morales, recibió un mensaje. "Estás haciendo fiesta y no has pagado", le escribieron. Entonces realizó un pago por aplicativo, siendo Jhiampier R. Shuan C. el dueño del Yape.

Según precisó, desde noviembre del año pasado los delincuentes le exigen el pago de 30 mil soles para que pueda realizar sus eventos.

EVITAN INICIO DE CLASES CON BOMBA

Alumnos volvían de virtualidad. Exigen $20 mil a director.



De terror. Tras dos meses de clases virtuales y justo cuando iban a retomar la presencialidad, extorsionadores hicieron estallar un explosivo en la puerta de un colegio en San Juan de Lurigancho.

El ataque ocurrió a las dos de la madrugada en las instalaciones del centro educativo Gran Amauta de Motupe, provocando daños significativos en la fachada de la institución.



Los vidrios del portón quedaron esparcidos por el suelo, resultado del fuerte estallido.

Según fuentes policiales, dos individuos a bordo de una motocicleta se acercaron al colegio en el A.H. Cruz de Motupe y activaron el explosivo.

El atentado era parte de una extorsión iniciada en marzo. Los criminales enviaron entonces mensajes, exigiendo el pago de 20 mil dólares a cambio de no atentar contra la integridad de los más de 300 estudiantes de inicial, primaria y secundaria. Incluso el director del colegio, debido a las constantes amenazas, tuvo que mudarse a vivir a otro lugar, ya que vivía dentro del local.

En aquel entonces, el director denunció el hecho en la comisaría 10 de Octubre, en la que también solicitó resguardo policial para los alumnos. Algunos recordaron que las clases presenciales apenas duraron una semana en marzo.

"Ahora los chicos regresaban, pero a las 2:05 de la madrugada detonaron la bomba. No hay garantías para nuestros hijos", relató una madre angustiada.

TRAS ROBAR CELULAR

CAE LADRÓN A BALAZOS

A balazos fue capturado un sujeto tras robar un celular e intentó darse a la fuga a bordo de su moto, pero tras colisionar con un árbol y caer al piso, se levantó y siguió corriendo, pero, finalmente, fue capturado en Pueblo Libre.

El hecho ocurrió en el jirón Martín Alonso, cuano el ladrón de nacionalidad venezonala habría arrebatado un celular, cuando fue interceptado por la Policía, esta inició la persecución en su contra, realizando varios disparos al aire, dándole la orden de detenerse, sin que hiciera caso, hasta que pudo ser capturado.



EXTORSIONADORES SE REPARTEN TRAMOS DEL CALLAO HASTA ATE

TODOS LOS COLECTIVEROS DE JAVIER PRADO PAGAN CUPOS

Todos pagan. Con sticker con la frase "Fast Furious & Fetaço", han sido marcados los colectivos informales que transitan por la avenida Javier Prado, para evitar ser atacados por extorsionadores y perder la vida de un balazo, como ocurrió con un jalador en San Borja hace unos meses.

Esta banda tendría controlada la ruta que inicia en el Óvalo de La Perla, en el Callao; pasa por toda la Javier Prado y terminara en Ceres - Vitarte, en Ate.

Es en todo este trayecto donde los criminales, para garantizar el pago de los cupos extorsivos, han dividido a los colectiveros por sectores, en cada uno de los cuales existen líderes encargados de coordinar los pagos de los cupos extorsivos.

"En cada grupo hay siempre un líder, hay quien maneja el dinero, las cuentas. Es el que te cobra. Al que le pagas. A veces son dos o tres", señaló un chofer que prefirió dejar de trabajar para salvaguardar su vida.

"Todos esos carros que tienen el sticker son los que están pagando extorsión. Yo pagaba 10 soles porque tenía un carro y las vans pagan más", añadió.



CAMIONETA EN LA QUE VIAJABA CHOCÓ CONTRA UN CAMIÓN QUE ESTABA VARADO

JOVEN MÉDICO MUERE EN ACCIDENTE DE TRÁNSITO

Otra tragedia en las carreteras del país. Esta vez, la víctima fue la interna de salud, Shendra Pazos Gaspar, que partió al otro mundo de una manera brutal.

La joven que hacía servicio en el hospital Hermilio Valdizán de Huánuco perdió la vida tras un choque en el kilómetro 112+800 de la carretera Pasco-La Oroya, justo entre Colquijirca y Villa de Pasco, en Tinyahuarco.



El accidente no fue uno cualquiera. Desde el día anterior, el camión con placa W3E-993 permanecía varado en la carretera.

Fue cuando el imprudente conductor de la camioneta CLR-222, identificado como J.I.D., no se percató de la unidad estacionada y terminó estampándose de frente.

La camioneta quedó hecha trizas, y ahí mismo, la interna de salud perdió la vida.

La Fiscalía Mixta de Vicco se encargó del levantamiento del cadáver, pero como siempre, la burocracia hizo de las suyas. La espera para que el médico legista llegara fue eterna, lo que desató el malestar de los presentes.

POR UNA GASEOSA

ENCAÑONA A CAJERA

En Huaycán, la delincuencia ya no tiene vergüenza. Un delincuente armó el escándalo en una tienda Tambo, pero no para vaciar la caja registradora, sino para llevarse una gaseosa.

El curioso incidente, que causó risa y furia, ocurrió en la avenida 15 de Julio.

En lugar de sacar su billetera, el delincuente sacó un revólver y apuntó a la cajera, que quedó asustada y retrocedió como gallina en fiesta de cumpleaños.

Sin tocar un sol de la caja, el hampón se fue tranquilamente con su gaseosa en mano, dejando a todos con la boca abierta.

"SIGO TEMIENDO POR MI VIDA"

Empresario torturado por 'Los Pulpos' acusa a expareja de secuestro.

Con el corazón destrozado, el cuerpo marcado por la tortura y la amputación de cuatro dedos de sus manos, el empresario Iván Díaz Garrido denunció públicamente que su pesadilla aún no termina.

Víctima de un brutal secuestro ocurrido en octubre de 2023 en Trujillo, aseguró que sigue temiendo por su vida, debido a que la presunta autora intelectual del crimen, su expareja sentimental, permanece en libertad.



Empresario trujillano continúa viviendo una pesadilla

AMENAZAS

"Ella me amenazó meses antes, me dijo que me haría daño y lamentablemente cumplió su palabra", narró Díaz en entrevista con 'Buenos Días Perú', acompañado de su abogado.





EXPAREJA

El empresario reveló que existen 14 denuncias previas contra su expareja, Juanita Rivera Sandoval, por actos de violencia en su contra, incluyendo un atentado en el que incendiaron su camioneta.

Pese a las pruebas presentadas, el Poder Judicial solo le impuso comparecencia, permitiéndole continuar en libertad.

"No entendemos cómo, con un récord de más de 14 denuncias y una acusación formal por secuestro agravado, no se ordenó prisión preventiva", cuestionó, indignado, su abogado.

LA TORTURA

Díaz fue raptado a plena luz del día por delincuentes de la banda "Los Pulpos", quienes, usando chalecos falsos de la Policía, lo sacaron violentamente y arrastrándolo de su negocio.

Encerrado en un lugar desconocido, fue sometido a brutales torturas que le costaron varios dedos de las manos.

Aunque en un inicio se difundió que había sido rescatado por las autoridades, más tarde se conoció que su liberación se produjo luego que su familia pagara un rescate de 250 mil soles.

El empresario confesó que desde el secuestro su vida se transformó en una constante vigilia. "Siempre quedan las lesiones físicas, pero también las del alma. Vivo con miedo, no sé si mañana seré otra vez víctima", lamentó.

Tanto Díaz como su defensa exigieron a la jueza Irene Cruzado que ordene de inmediato la prisión preventiva contra Rivera Sandoval.

"Solo así podremos vivir tranquilos. No pedimos venganza, pedimos justicia", exhortó.

SERÁN ANALIZADOS EN EL CONGRESO

DELITOS DE LESA HUMANIDAD



Este 29 de abril y 6 de mayo, reconocidos especialistas en derechos humanos se darán cita en el Auditorio Faustino Sánchez Carrión del Congreso, para participar en la conferencia 'Delitos de Lesa Humanidad: ¿Justicia Internacional o Herramientas de Persecución Política?', un evento clave en el debate sobre el uso y abuso del derecho penal internacional. La actividad, organizada por la Oficina de Participación Ciudadana, dirigida por la Dra. Milagros Salazar, y la Oficina Legal y Constitucional, se iniciará a las 9 a. m. El ingreso es libre y el evento será transmitido en vivo. Mayor información en **www.facebook.com/participacionciudadanape**

EN FESTIVIDAD DE VIRGEN DE CHAPI

SEGURIDAD CON HELICÓPTERO



Las acciones de prevención y seguridad para celebrar la festividad de la Virgen de Chapi, Patrona de Arequipa, el primero de mayo, están a cargo de la Región Policial de Arequipa.

La entidad policial informó que cuentan con un helicóptero para realizar acciones de rescate de personas extraviadas en su peregrinaje al Santuario de la Mamita de Chapi o para el traslado de fieles gravemente lesionados, a un hospital de la ciudad.

FISCALÍA DA SUS RAZONES

Explicando la liberación de 16 extranjeros detenidos hace poco en Ate.



La fiscal Jessica Gomero, de la Tercera Fiscalía Provincial Penal de Santa Anita, señaló que la falta de pruebas y la ausencia de un representante del Ministerio Público fueron las razones que motivaron la liberación de los 16 extranjeros detenidos la semana pasada en un operativo policial en Ate.

El pasado miércoles 23 de abril, agentes policiales intervinieron un edificio de seis pisos del citado distrito y detuvieron a 21 ciudadanos venezolanos presuntamente dedicados a la microcomercialización de drogas y proxenetismo. Luego de unas horas, la cifra descendió a 16 extranjeros.

Ese día, tras la intervención, el comandante de la Policía Jorge Mendoza dio a conocer que en el búnker de Ate se hallaron un revólver, municiones de armas, así como marihuana. Además, se encontraron tres mototaxis presuntamente usadas para microcomercializar la droga.



El caso pasó al Ministerio Público, el cual el domingo comunicó que, por falta de pruebas, se liberó a las 16 personas detenidas por los presuntos delitos de "fabricación, comercialización o uso de porte de armas y tráfico ilícito de drogas".

Gomero subrayó la importancia y necesidad de que acuda un representante de la Fiscalía en estos hechos: "En todo operativo debe, necesariamente, participar el Ministerio Público. Esto para efectos de garantizar todo lo que se pudiera suscitar, para acopiar las pruebas y evitar cuestionamientos posteriores. También para efectos de garantizar la detención de todos los ciudadanos", explicó.

También detalló que el arma y las municiones encontradas en un baño de uso común, en el segundo piso, no eran pruebas suficientes para mantener detenidas a estas personas.



ADEMÁS HAY CINCO PERSONAS DESAPARECIDAS

DESBORDE DE RÍO COBRA LA VIDA DE DOS NIÑOS EN ÁNCASH

El desbordamiento del río Casca, a su paso por la andina región de Áncash, provocó la muerte de dos niños, además de cinco personas desaparecidas y un centenar de afectadas, informaron las autoridades regionales.

En la madrugada de ayer, un cerro se derrumbó sobre la laguna Vallunaraju, lo que a su vez provocó el desborde del río Casca, a la altura del distrito de Independencia, en la provincia de Huaraz.

El director regional de Salud, Ricardo Natividad, confirmó la muerte de un bebé de seis meses y un niño de 8 años por el desborde del río, reportó el portal Ojo Público.

Además, el Centro de Operaciones de Emergencia Regional indicó que hay cinco personas desaparecidas por la emergencia, quienes son buscadas por los equipos de rescate de la Policía.

Según ese reporte, unas cien personas han resultado afectadas o damnificadas por la crecida del río Casca en los sectores de Paria, Wilcahuain, Jinua, Cachipampa, Lirio, Ucru y Palmira, donde se han contabilizado diez casas afectadas y otras 50 con daños leves.



IBA A SER SUBASTADO EN ARGENTINA

RECUPERAN MANUSCRITO SOBRE TÚPAC AMARU II

El gobierno regional del Cuzco recuperó un manuscrito del siglo XVIII que registra el trabajo como arriero del noble inca y líder de la rebelión contra el dominio español, José Gabriel Condorcanqui, Túpac Amaru II, cuando iba a ser subastado en Argentina.

El libro contiene registros del 1 de mayo de 1772 al 30 de abril de 1773 sobre el traslado de caña de azúcar y derivados a la Real Superintendencia de haciendas en las regiones de Apurímac y Cuzco.

En caso tengas que trabajar en el sector privado.

CONFIRMADO PAGO TRIPLE EL JUEVES

Conforme al artículo 6 del Decreto Legislativo 713, Ley de Descansos Remunerados, el 1 de mayo -Día del Trabajador- es feriado nacional no laborable para trabajadores del sector público y privado.

No obstante, en caso que el trabajador labore esa fecha y no cuente con descanso sustitutorio, tendrá derecho a un triple pago.

Este pago es una remuneración por el día feriado (incluido dentro del pago mensual habitual), otra remuneración diaria adicional por haber trabajado en día feriado, más una sobretasa del 100 % de dicha remuneración.



El viernes será no laborable para estatales.

Por ejemplo, si el trabajador percibe 100 soles diarios y labora el 1 de mayo, sin descanso sustitutorio en algún otro día, tendrá derecho a percibir, en la práctica, tres remuneraciones por cada uno de estos días: 100 soles por el día feriado y 200 soles por trabajar en día feriado (sobretasa de 100 %).

En caso que el jueves 1 de mayo coincida con el día de descanso obligatorio del trabajador, este tendrá derecho al pago equivalente a un día adicional.

NO LABORABLE

Cabe anotar que, conforme al Decreto Supremo 042-2025-PCM, el viernes 2 de mayo fue declarado día no laborable para los trabajadores del sector público. Las horas dejadas de laborar durante el día no laborable indicado serán compensadas.

Para el sector privado, la forma de recuperación será establecida de común acuerdo entre el empleador y sus trabajadores. En caso de no haber acuerdo, decide el empleador.

MATA A PERUANOS

Alerta por accidente cerebrovascular



El Ministerio de Salud, a través del Instituto Nacional de Ciencias Neurológicas, advierte a la población sobre la gravedad del accidente cerebrovascular (ACV) o ictus isquémico, una emergencia que representa la segunda causa de muerte en el Perú.

El ACV ocurre cuando un vaso sanguíneo del cerebro se obstruye, interrumpiendo el flujo de sangre y causando daño cerebral.



CIRUGÍA. Un niño de apenas un año y tres meses, oriundo de Celendín, en la región Cajamarca, fue salvado de una asfixia severa tras ingerir accidentalmente un maní. Fue gracias a un procedimiento de alta especialización en el Hospital de Emergencias Pediátricas (HEP), que ahora su vida ya no corre peligro. El pequeño llegó a Lima luego de 13 horas de viaje.

EVITARÁ DUPLICAR CONTROL A PASAJEROS

NUEVO SISTEMA DE SEGURIDAD EN EL JORGE CHÁVEZ

En el nuevo aeropuerto internacional Jorge Chávez se implementará el programa One-Stop Security (OSS) de la Administración de Seguridad del Transporte de los Estados Unidos (TSA), el cual busca mejorar el sistema de control de pasajeros a la par de reducir el tiempo invertido en controles aéreos.

Este nuevo concepto en seguridad aérea permite a los pasajeros pasar por un solo control de seguridad en el aeropuerto de origen, en lugar de volver a ser inspeccionados en aeropuertos de transferencia.



PODER JUDICIAL ARROCHA PEDIDO DE PPK

El expresidente Pedro Pablo Kuczynski seguirá siendo procesado por el presunto delito de colusión en el caso Interoceánica Norte, al haberse declarado infundado un recurso de casación por el cual se buscaba que se declare prescrito dicho delito.

La decisión fue emitida por la Sala Penal Permanente de la Corte Suprema de Justicia, que preside el juez supremo titular César San Martín.

La defensa de Kuczynski sostiene que el presunto delito atribuido a su patrocinado habría prescrito el 2020, dado que habrían transcurrido 15 años desde entonces.



LA PÁGINA DEL SACARRONCHAS



¡CUIDADO!



A partir de hoy está vigente una norma que de por sí causa preocupación, pues dejaría exento de pena a un sereno en caso mate a alguien, en cumplimiento de su labor. O sea, están, en ese aspecto, al nivel de la Policía Nacional. Se trata de la ley 32312.

LA LEY

En su cuarta disposición final, la norma señala que los serenos "en el cumplimiento de sus funciones y haciendo uso de un medio de defensa en forma reglamentaria, cause daño contra la vida, el cuerpo y la salud, está exento de responsabilidad penal de conformidad con el numeral 9 del artículo 20 del Código Penal, Decreto Legislativo 635".



¿PREPARADOS?



Si de por sí ya hay críticas respecto a la preparación de la Policía, más de una alerta salta al ver que los serenos muchas veces están mucho menos preparados y entrenados, además de carecer de criterios, rozando, muchas veces con el abuso de autoridad.

MOLESTIA

En el mismo Parlamento causó escozor el reportaje de 'Cuarto Poder' que denunció que, en septiembre de 2024, el Congreso aprobó la creación del Centro de Modalidades Formativas y que luego se designó a Jacqueline Yessenia Lozano Millones, militante del partido Alianza para el Progreso (APP), como jefa de dicha entidad.



CRÍTICAS



Congresistas como Carlos Zeballos y José Cueto criticaron la decisión y la designación. "No podemos estar creando agencias de empleo", señaló Zeballos, haciendo hincapié que en varias oficinas está la foto de César Acuña. "No les debe extrañar", dijo a su turno Cueto. Lo cierto es que a nadie le cuadra eso.

DESLINDA

Al respecto, el Parlamento emitió un comunicado en el que precisaba que Lozano sí cuenta con título y maestría, además de señalar que la oficina fue creada en junio de 2023. Habrá que creer, pero al menos reconocieron que la foto de Acuña sí estaba por todos lados, como si fuera santo.



AGRADECIÓ ASILO OTORGADO

OLLANTA SACA CACHITA POR FUGA DE NADINE

El expresidente Ollanta Humala, quien cumple desde el pasado 15 de abril una condena a 15 años de cárcel por haber recibido aportes ilícitos a sus campañas electorales, entre ellos de la empresa brasileña Odebrecht, agradeció al gobierno de Brasil por haber otorgado asilo diplomático a su esposa, Nadine Heredia, y a su hijo menor.

"El asilo que Brasil ha otorgado a Nadine y a mi hijo es un acto político y humanitario, amparado en el derecho internacional, que agradezco", señaló un mensaje publicado a nombre del exmandatario en su cuenta en la red social X.

Humala aseguró que su familia "no merece este ensañamiento que utiliza a los organismos de justicia para una persecución política" y que con el fallo judicial en su contra, que calificó de "inconstitucional", sus hijos "se quedaron sin padre y sin madre".

"Seguiremos defendiendo nuestra inocencia y honor con pruebas, como se hace en un Estado de derecho que se respete", enfatizó el mensaje que concluyó acotando que fue "enviado a solicitud del señor expresidente del Perú Ollanta Humala Tasso".

El Gobierno de Brasil otorgó el pasado 15 de abril el asilo diplomático a Heredia, después que el Ejecutivo peruano le dio un salvoconducto para que viaje a ese país, tras haber sido sentenciada ese mismo día a 15 años de prisión por lavado de activos agravado.

Heredia ingresó en la embajada brasileña en Lima después que se dictó la condena para ella y su esposo por lavado de activos del gobierno venezolano y de Odebrecht para sus campañas electorales del 2006 y 2011, respectivamente.



Extra

Una publicación de Editora Expreso Extra S.A.C.
Calle Luis Carranza 2280 / Lima Perú
Central telefónica: 612-4000 Anexos: 105 / 135
Publicidad: Anexos. 226-221

Director periodístico: Antonio Ramírez Pando

Sub Director: José Tafur
Editor: Raouff Reyes
Editor Espectáculos: José Huapaya
Edición especial: Alberto Napa **Diseño:** Margarita Nieves
Depósito Legal N° 1995-0426
Depósito Legal Digital N° 2025-0070

Karla Tarazona

"MI BODA SERÁ PERFIL BAJO Y LEJOS"

- ASEGURA QUE NO TENDRÁ 500 INVITADOS, SINO SOLO PERSONAS DE SU ENTORNO MÁS ÍNTIMO.
- CONDUCTORA DE TELEVISIÓN DICE QUE NO PERMITIRÁ QUE NADIE MALOGRE ESE DÍA TAN ESPECIAL CON CHRISTIAN DOMÍNGUEZ.

Aunque aasegura que todavía no piensa en pisar el alta con el amor de su vida, Christian Domínguez, Karla Tarazona hizo un deslinde al respecto.

Esto al comentar el polémico enlace de la empresaria y chica reality Alejandra Baigorria y el modelo Said Palao, la cual sigue todavía siendo la comidilla de propios y extraños en los medios de comunicación, redes sociales, calles y plazas.

La conductora del magazine 'Préndete' de Panamericana Televisión, fue clara y firme sobre cómo le gustaría que sea su boda con el popular 'Wachimán'.

Es que ella definitivamente no quiere que ese día sea algo tan grande y menos con centenares de invitados.

"Cuando me case será algo con perfil bajo y bien lejos de todos, tampoco con 500 invitados, solo las personas más cercanas, prefiero algo íntimo", aseguró la exmodelo.

Manifestó que le da pena que Alejandra Baigorria y Said Palao, hayan hecho tanto esfuerzo para que algunas personas traten de malograr ese día tan especial para la pareja.

"Los videos y otras imágenes han salido de ahí opacaron la parte bonita; tanto trabajar para que cualquiera la friegue, no es justo, no va a pasar conmigo", aseveró Karla Tarazona.

Sin embargo reiteró que no tiene todavía planes de matrimonio con Christian Domínguez.

Asegura que su prioridades son otras en este momento, por ejemplo, concretar sus proyectos laborales y personales.

"Así que no nos casen todavía", anotó.

JALA LAS OREJAS

Karla Tararazona cuestinó el diálogo que tuvo Alejandra Baigorria con Mario Irrivaren. "Fue desatinado hacerlo delante de Onelia Molina, aunque Vania estaba mirando a otro lado a Austin, bueno los dos están solteros", agregó. **(José Huapaya Solano)**.

OLINDA CASTAÑEDA NO SABE, NO OPIN

AL MARGEN DE DIVORCIO DE TILSA LOZANO Y JACKSO

Fue una de las más afectadas con lo de la relación de Tilsa Lozano y Jackson Mora, pues en ese momento ella era la saliente del empresario.

Por eso la entonces modelo se mostró bastante afectada y criticó a la 'Vengadora', quien era su más odiada rival.

Ahora en su vida cristiana, ella no desea entrar en polémica con nadie y prefiere abstenerse de comentar el inminente divorcio de los antes mencionados personajes.

"La verdad que tampoco estoy enterada, pero yo no tengo nada qué ver ahí, por eso prefiero no comentar al respecto. Igual que le vaya bien a todos en nombre de Dios", sos tuvo a **Extra**.

Aseguró que est concentrada en su fa milia y esperando qu llegue al mundo, su pri mer hijo con su espos el hombre de negocio Christian Marcial. **(Jos Huapaya Solano)**.

CUSQUEÑA YOLANDA QUIÑONES

UNE SU VOZ Y TALENTO CON DANIELITO VENEGAS

La joven autora-compositora soprano lírica e intérprete de música andina, Yolanda Quiñones, unirá su voz y talento con el cantautor Danielito Venegas. Ellos proyectan grabar los temas 'El libro de los recuerdos y 'Qué será de mí', de la pluma y música del prestigioso músico chalaco, en el género vernacular. Ella es una aplicada alumna de la Escuela Superior de Música del Cusco.



Extra SHOW

Jale. La guapa modelo Valeria Piazza fue presentada como flamante jale del magazine 'América Hoy', en reemplazo de Milett Figueroa. Sus compañeros Janet Barboza, Ethel Pozo y el popular 'Giselo' la recibieron con los brazos abiertos.

AGRADECE. El joven intérprete Bill Orosco apagó ayer 24 velitas de existencia y dijo estar agradecido por todo el respaldo de la gente a su carrera artística. El querido 'Hijo de Collique' recibió las 12 cantando en Tayabamba, Trujillo.



Cantante. La joven Alondra Huarac heredó el talento de la conducción de su padre Nilver Huarac y de cantante por su madre Lizet Soto. Ella debutó en la conducción en 'La Movida de los Sábados' e hizo lo propio como intérprete con el tema 'El amor de mi vida', en ritmo de cumbia. "Vamos con mucha fuerza y fe", precisó, optimista, la muchacha.

Alejandra Baigorria

HERMANA MENOR GOLPEÓ A SU MAMÁ

THAMARA MEDINA, MEDIA HERMANA DE 'ALE', SE PASÓ DE TRAGOS Y CASI ARRUINA LA NOCHE DEL MATRIMONIO.

NO FUE LA ÚNICA PELEA. PADRE DE SAID Y 'PATO' PARODI TAMBIÉN PROTAGONIZARON ALTERCADOS EN FIESTA QUE SE DESCONTROLÓ.

Lo que debía ser una noche perfecta para Alejandra Baigorria y Said Palao estuvo a poco de arruinarse a causa de los excesos y el descontrol que se apoderaron de su fiesta de matrimonio.

Según nuevos videos de la celebración, hubo hasta tres peleas en medio de la fiesta. La más criticada, fue la que protagonizó Thamara Medina Alcalá, media hermana de 'Ale', quien fuera de sí y sin ningún respeto por los novios e invitados, atacó a golpes a su madre, insultándola y deseándole la muerte.

En imágenes propaladas por 'Amor y Fuego', se observa a Thamara corriendo hacia su progenitora, Verónica Alcalá, darle una patada y una cachetada, luego de ofenderla y tras escapar del abrazo de su enamorado y de un familiar que trataban de calmarla.

Se desconoce el motivo de la agresión, pero la joven modelo de 23 años había sido una de las más felices de la noche, al coger el 'bouquet' de la novia, hecho que celebró efusivamente. También fue muy comentado su ingreso a la iglesia del brazo de Austin Palao.

Al parecer, el exceso de licor y viejas heridas que no ha logrado cerrar con su mamá, le jugaron una mala pasada.





STEVE PALAO Y EL 'PATO' PARODI

Otros que se descontrolaron fueron el papá del novio, don Steve Palao, y el siempre polémico Patricio Parodi. Cada uno por su lado, fueron protagonistas de altercados que opacaron todo el glamour y elegancia de la recepción.

Aunque no hay todavía una versión oficial, un video que circuló en redes, muestra una gresca en la que se ve al personal de seguridad controlando a un invitado, y se logra escuchar a otro decir: "el papá de Said le pegó".

Finalmente, 'Magaly Tv La Firme' mostró imágenes del 'Pato' Parodi discutiendo y recibiendo un cabezazo de otro sujeto. Previamente, había sido visto robándole un beso a una mujer que no era su acompañante.

SERÁ EL PRÓXIMO 7 DE MAYO EN LA CAPILLA SIXTINA

VATICANO ANUNCIÓ CÓNCLAVE PARA ELEGIR AL NUEVO PAPA

El Vaticano confirmó que el cónclave para elegir al sucesor del papa Francisco, fallecido el 21 de abril a los 88 años, dará inicio el miércoles 7 de mayo en la Capilla Sixtina.

El portavoz del Vaticano, Matteo Bruni, confirmó la información como una decisión adoptada por los cardenales durante la quinta congregación general.

Vatican News, el órgano oficial de prensa de la Santa Sede, posteó en su red social X: "El cónclave para elegir al 267º Sucesor de Pedro comenzará el miércoles 7 de mayo: lo han decidido los cardenales en la V Congregación General este lunes 28 de abril por la mañana".



En la reunión participaron más de 180 cardenales y duró cerca de dos horas. En el encuentro, 20 cardenales tomaron la palabra para discutir los desafíos de la Iglesia, su relación con el mundo y las cualidades que debería tener el próximo pontífice.

Entre los cardenales asistentes estuvieron 100 electores habilitados para el cónclave, y al inicio, tras la oración inicial, algunos purpurados, que aún no lo habían hecho, prestaron juramento.

Entre los oradores destacaron el cardenal alemán Reinhard Marx, arzobispo de Múnich y Freising; el filipino Luis Antonio Tagle, Pro-Prefecto del Dicasterio para la Evangelización; y el francés Dominique Mamberti, Prefecto del Supremo Tribunal de la Signatura Apostólica. El 7 de mayo por la mañana, los cardenales celebrarán la misa "Pro eligiendo pontífice" y, por la tarde, se trasladarán a la Capilla Sixtina para el juramento y dar inicio a la elección del nuevo papa. En la reunión, se debatió sin llegar a una resolución, la posible participación del cardenal Angelo Becciu, a quien Francisco, le retiró privilegios de purpurado por escándalo financiero.

DA RUSIA

Tregua de 3 días por aniversario



El presidente ruso Vladimir Putin anunció ayer una tregua de tres días para el 80 aniversario de la victoria del Ejército Rojo sobre la Alemania nazi en la Segunda Guerra Mundial, que se celebra el 9 de mayo.

El alto al fuego entrará en vigor en la medianoche del próximo 7 al 8 de mayo y vencerá 72 horas después en la medianoche del día 10 al 11, según informó el Kremlin en un comunicado su medida unilateral.

PORTUGAL SE DECLARÓ

EN CRISIS ENERGÉTICA



El Gobierno de Portugal declaró ayer la situación de crisis energética por el apagón eléctrico que afecta el país desde las 11:33 hora local y calcula que el suministro podría regresar de forma generalizada en próximas horas. El primer ministro luso, Luis Montenegro, dijo tras Consejo de Ministros extraordinario que han adoptado la medida para "responder en los sectores esenciales", como la sanidad, fuerzas de seguridad o transportes.

KAÑIWA DA MUCHA ENERGÍA

Además, ayuda al corazón, retrasa la absorción de azúcares, es antioxidante, energizante y es muy rica en carbohidratos.

Es un grano rico en proteína de alto valor biológico con cantidad de aminoácidos esenciales que son deficitarios en otras proteínas vegetales como la lisina, metionina, fenilalanina o el triptófano.

Las semillas de kañiwa son fuente de B1, B2, B3, ácido fólico, C y E y minerales como calcio, fósforo, magnesio y hierro.

Estas semillas son ricas en carbohidratos lo que les hace ser un alimento que proporciona mucha energía.

Además es baja en grasas pero la poca grasa que contiene es poliinsaturada, sobre todo, omega-6, algo menos de omega-9, y un poco de omega-3. Es muy rica en fibra dietética.



CORAZÓN

Por su contenido de grasas poliinsaturadas regula los niveles de grasas en la sangre, a lo que también ayuda su contenido en fibra que arrastra con las heces grasa que se toma en la dieta y sales biliares que intervienen en la digestión y que contienen colesterol endógeno.

Además su alto poder antioxidante evita la oxidación de las placas de ateroma protegiendo los vasos sanguíneos.

DIABETES

Su alto contenido en fibra retrasa la absorción de azúcares. Además contiene carbohidratos de lenta absorción, es decir, con bajo índice glucémico.





Un buen alimento para los diabéticos, ya que ayuda a mantener estables los niveles de glucosa en sangre favoreciendo su salud.

> **EL DATO**
>
> **OTRAS BONDADES**
>
> **El aporte de hierro favorece la recuperación de una anemia. Su alto contenido en fibra regula el tránsito intestinal. No contiene gluten.**

ANTIOXIDANTE

Posee un gran poder antioxidante para evitar el efecto de los radicales libres sobre las células.

Esto le confiere propiedades antienvejecimiento y preventivas de enfermedades como el cáncer o enfermedades degenerativas como el alzhéimer.

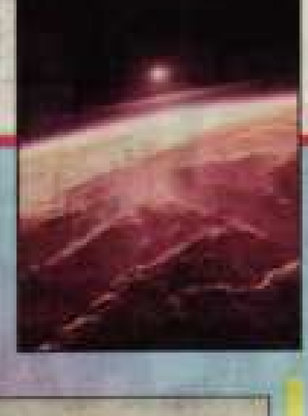
Contiene una carga enzimática importante que favorece las propiedades antiedad de estas semillas.

MÚSCULOS

Su gran aporte proteico de alto valor biológico, su alto poder energizante con carbohidratos de absorción lenta y su aporte de minerales como calcio, fósforo y magnesio que favorecen la recuperación muscular, lo hace un gran alimento para la dietas de deportistas y niños.

INSOMNIO

El aporte de triptófano que es precursor de la serotonina y de la melatonina hace que aumenten los niveles de los mismos favoreciendo el buen ánimo y ciclos correctos de vigilia del sueño.



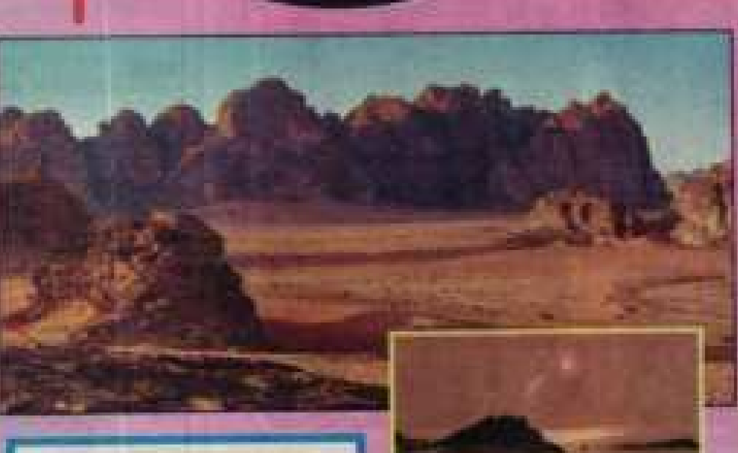
La masa total de hielo del casquete polar Marte equivale a la mitad del hielo que existe en Groenlandia.

Marte es el cuarto planeta desde el Sol. Suele recibir el nombre de Planeta Rojo. Sus rocas, su suelo y cielo tienen una tonalidad rojiza o rosácea. Este característico color rojo fue observado ya por los astrónomos a lo largo de la historia. Los romanos le dieron nombre en honor a su dios de la guerra. Los antiguos egipcios lo llamaron Her Descher, que significa "el rojo".



El planeta rojo: MARTE (I)

La atmósfera de Marte es diferente a la de la Tierra. Está compuesta fundamentalmente por dióxido de carbono con pequeñas cantidades de otros gases. Los seis componentes más comunes de la atmósfera marciana son: dióxido de carbono, nitrógeno, argón, oxígeno, agua y neón.
El aire marciano contiene sólo 1/1,000 veces menos de agua que nuestro aire, pero incluso esta pequeña cantidad puede condensarse, formando nubes que se desplazan por las zonas altas de la atmósfera o forman remolinos alrededor de las laderas de los sobresalientes volcanes.



TEMPERATURA Y PRESIÓN

La temperatura media registrada en Marte es -63 grados centígrados, con una temperatura máxima de 20 grados centígrados y un mínimo de -140 grados centígrados.
La presión varía en cada uno de los puntos de aterrizaje semestralmente. Está entre 6.9, 7.3 y 10.8 milibares, en comparación con la presión media de la Tierra que es de 1,000 milibares. En los inicios de su historia Marte pudo haber sido muy parecido a la Tierra. Al igual que en nuestro planeta la mayor parte de su dióxido de carbono se utilizó para formar carbonatos en las rocas.

LOS VOLCANES DE MARTE

Las áreas volcánicas ocupan el 10 % de la superficie del planeta. Algunos cráteres muestran señales de reciente actividad y tienen lava petrificada en sus laderas. A pesar de estas evidencias, no fue hasta mayo de 2007 cuando el Spirit, descubrió, con un grado alto de certeza, el primer depósito volcánico signo de una antigua actividad volcánica en la zona denominada Home Plate, (una zona con lecho rocoso de unos dos metros de altura y fundamentalmente basáltica, que debió formarse debido a flujos de lava en contacto con el agua líquida), situada en la base interior del cráter Gusev.

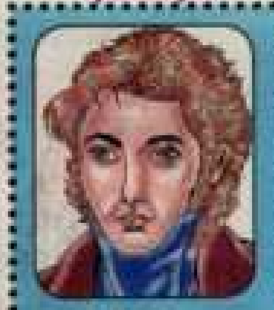
NUBES DE TRES COLORES

La atmósfera es lo bastante densa como para albergar vientos muy fuertes y grandes tormentas de polvo que, en ocasiones, pueden abarcar el planeta entero durante meses. Este viento es el responsable de la existencia de dunas de arena en los desiertos marcianos. Las nubes pueden presentarse en tres colores: blancas, amarillas y azules.
Las nubes blancas son de vapor de agua condensada o de dióxido de carbono en latitudes polares. Las amarillas, de naturaleza pilosa, son el resultado de las tormentas de polvo.



La superficie del planeta conserva verdaderas redes hidrográficas, hoy secas, con sus valles sinuosos entallados por las aguas de los ríos, sus afluentes, sus brazos, separados por bancos de aluviones que han subsistido hasta nuestros días. Todos estos detalles de la superficie sugieren un pasado con otras condiciones ambientales en los que el agua cavó estos lechos mediante inundaciones catastróficas. Algunos sugieren la existencia, en un pasado remoto, de lagos e incluso de un vasto océano en la región boreal del planeta.

Biografía de personajes ilustres



VINCENZO BELLINI

El 3 de marzo de 1801, en la ciudad italiana de Catania, nace este gran compositor musical. Vincenzo Salvatore Bellini en el núcleo de una familia de músicos (cuatro siendo su padre y abuelo) quienes les dan sus primeras lecciones musicales.
El duque de San Martino le dio una beca integral para que pueda ingresar al conservatorio de Nápoles en 1819, gracias a sus magníficos dotes musicales. En el conservatorio compartió estudios con otros grandes de la música clásica, como son Nicolás Zingarelli, Giovanni Furno y Giacomo Tritto.
Ya al finalizar sus estudios en Nápoles, publica su primera obra "Adelson y Salvini", que se convierte en un gran éxito. Después de este triunfo sigue la Gloria para Bellini, pues compone "Bianca y Fernando", otras óperas "Il Pirata", "La Straniera", "Zaira".
En 1831 se estrenan a los escenarios de Milán sus dos obras maestras "La Sonnambula y Norma". A pesar de los éxitos repetidos, su ópera "Beatrice di Tenda" resultó un fracaso, lo que motivó la ruptura con el libretista Romani, quien viajó a París y contactó con Cherubini, Chopin, Heine, Listz y Rossini. Vincenzo Bellini muere en París (Francia) en 1835.

REINO animal



Son bastantes tímidas y eluden a las personas cada vez que pueden.

TARÁNTULA

La tarántula es una araña peluda de la familia de los arácnidos. Viven en todo el mundo y pueden medir hasta 12 cm. La tarántula posee cuatro pares de ojos: ojos medianos anteriores, ojos medianos posteriores, ojos laterales anteriores y ojos laterales posteriores. La tarántula se alimenta con langostas, cucarachas, grillos, gusanos y saltamontes. Las personas tienen miedo a las tarántulas porque son muy grandes y tienen un aspecto extraño; pero no son peligrosas.

VALE saber

LA NAO

Era el principal velero de la Edad Media. Lento y redondeado, capaz de afrontar el océano, exigía una cincuentena de marinos para manejarlo. La carabela, sólo necesitaba la mitad.

LA FUERZA DEL AGUA EN DESPLAZAMIENTO

Un metro cúbico de agua pesa una tonelada. El agua tiene entonces mucha potencia cuando se pone en movimiento. Es difícil mantenerse de pie en un curso de agua de un metro de profundidad, con una corriente de 5 km/h. Una lluvia que vierte que vierte 25 mm de agua sobre 1km2, descendiendo 300 m. de desnivel, libera una energía equivalente a la de la bomba de Hiroshima.

Gramaticales — Los sinónimos y antónimos

Reglas

Los sinónimos son las palabras que tienen el mismo significado pero se escriben diferente. Y las palabras que significan lo contrario se denominan antónimos.

PALABRA	SINÓNIMO	ANTÓNIMO
Acaudalado	adinerado	pobre
Acceder	consentir	rehusar
Barbarie	rusticidad	humanidad
Bastante	suficiente	escaso
Befar	mofar	alabar
Belleza	hermosura	fealdad

Extra Divertimania

CARLOS SAYÁN

GRAMA



PÓQUER · 2DA. VOCAL · LEYENDAS · AMPERIO · ROSTRO · BARNIZ · CUCHICHEO · BRUCE ... (KUNFU) · VOCALES · HOJALATA · OREJA (INGL.) · CARBONO · LA FRANCÉS · SALOBRE · 30 DÍAS · LAGO DE KAZAJISTÁN · SECULAR · PAÍS ASIÁTICO · DOMAR (INGL.) · SANTA LIMEÑA · SIEMPRE · PAREJA · LISTADO · ADJETIVO DESPECTIVO · SÍ (QUECHUA) · ARSÉNICO · RÍO DE FRANCIA · ALTAR · TOLDOS · MALLA · CARBONO · VOCAL DOBLE · CIUDAD DE SANTORINI (GRECIA) · 4TA. VOCAL

6 · 5 · 1 · 3 · 4 · 2 · 5 · 6

OPERATIVO

Coloca en cada casilla los numeros alineados que en cada columna horizontal, vertical y en la dos diagonales máximas la suma de estos siempre sea 158.

53		48
	74	

71 27 60 45 39 57

SOLUCIÓN ANTEIOR



BUSCA PALABRAS



4 Letras	5 Letras	6 Letras	7 Letras	8 Letras
ACTA	AHORA	ASESOR	ARRIERO	LIBERTAD
AIRE	BAILE	ESCENA	DULZURA	VALENTÍA
DADO	CANAL	MISIÓN	ESTATUS	
EMIR	DENTRO	ORILLA	MEDIDOR	
OBUS	LIBIA		ROMANCE	
	OASIS		SECRETO	
	ROSCA		SIAMESA	
	SALUD		SUBLIME	

RUEDAS

Descubre la palabra oculta teniendo en cuenta que puede estar escrita en sentido horario o antihorario.







REALCIONA AUTORES Y OBRAS

Establece una relación entre autores de la columna de la izquierda y sus obras de la derecha Anotando el número que crees conveniente en el circulo.

1. ALEJANDO DUMAS.	◯ LA FIESTA DEL CHIVO.
2. JOSÉ MARIA EGUREN.	◯ MELANCOLIA I.
3. FEDERICO ELGUERA.	◯ EL TÚLIPAN NEGRO.
4. ALBERTO DURERO.	◯ LA CANCION FUJITIVA.
5. VARGAS LLOSA.	◯ LETRILLAS.

" SIEMPRE PARECE IMPOSIBLE HASTA QUE SE HACE".



HORÓSCOPO de POCHITA


ARIES
Un clima de discusión en el trabajo podría impedir que atienda lo habitual. Gestos amorosos renovarán la armonía en la pareja; se avecina reconciliación.

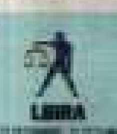

TAURO
Por diferencias económicas, una operación comercial tendrá riesgos; mejor esperar. Si un amigo le presenta a alguien especial, anímese, resultará encantador.


GÉMINIS
Un acuerdo en el proyecto permitirá que el tiempo sea más productivo. Vivencias emocionantes harán crecer la atracción y darán ideas para una nueva etapa.


CÁNCER
Llega información que explica la conducta de los rivales, pero igual les ganará. Surgirá el viaje de ensueño que ayudará a recuperar la armonía en la pareja.


LEO
El proyecto será bien evaluado y confirmará su talento de líder y conductor. Un gesto amable deslumbrará a alguien que le prodiga permanente admiración.


VIRGO
Logros bien planeados se concretarán y le llenarán de satisfacción. Sus seres queridos le llenarán de afecto, pero habrá alguien a quien querrá agasajar.


LIBRA
Sentirá plena confianza para emprender actividad que parece difícil. Obtendrá la satisfacción de recibir una llamada que le llenará de entusiasmo.


ESCORPIO
Novedades técnicas le permitirán resolver un proyecto delicado. Encontrará la armonía que falta en la pareja gracias a un encuentro conmovedor.


SAGITARIO
Discusiones por dinero traerán dificultades en un proyecto. Será un acierto preservar la unión en la pareja o el riesgo de ruptura crecerá.


CAPRICORNIO
Una reunión informal alterará un plan, pero será positiva. Logrará revertir una mala actitud de su pareja y luego todo mejorará.


ACUARIO
Problemas que se reiteran le darán fastidio, pero un colega los resolverá. Su capacidad para escuchar estará aumentada para sorprender a su pareja.


PISCIS
Su entorno querrá ignorar a alguien nuevo, pero ganará su amabilidad. Su pareja le transmitirá sensual calidez con gestos que se percibirán irresistibles.

CITAS AL: **274-7944**
Fan Page: **buenavibraconpochita**

SUSANA AMOR
CUÉNTAME TU VIDA



"ES MUY GUAPO, PERO huele mal"

Doctora Susana, mi nombre es Miluska, hace una semana conocí a Gustavo, un chico muy guapo en el gym. Me pareció atractivo por su cuerpo fornido y bello rostro.

Mi interés por él creció cuando me di cuenta que no le era indiferente y ya somos pareja.

Hace unos días nos dimos nuestro primer beso. Fue muy apasionado. Sentí que era una invitación para algo más, y por eso acordamos tener una cita más íntima.

Al llegar el día y cuando nos estábamos desvistiendo, un olor desagradable invadió el ambiente.

Era un hedor que provenía de Gustavo. Traté de pasarlo por alto, pero por más que traté de resistir, no pude continuar. Gustavo me explicó que el hedor provenía de su cuerpo y me pidió disculpas, y que estaba



siguiendo un tratamiento para solucionar. Él insiste en otra cita, pero no sé cómo decirle que yo ya no quiero. ¿Qué le digo, doctora ?

EL CONSEJO

Querida Miluska, te sugiero que no le digas el motivo de tu negativa, puedes humillarlo. Si su mal tiene solución, tal vez no debas apresurarte y esperar un poco.

TIPS DE SALUD



LOS TRIGLICÉRIDOS ALMACENAN ENERGÍA EN EL CUERPO Y SE LIBERAN CUANDO EL CUERPO LO NECESITA. ESTÁN EN ALIMENTOS, GRASAS Y CALORÍAS CONVERTIDAS LUEGO EN TRIGLICÉRIDOS.





LOS NIVELES ALTOS DE TRIGLICÉRIDOS AUMENTAN EL RIESGO DE ENFERMEDADES CARDIACAS Y OTROS MALES: ES IMPORTANTE HACER UN ANÁLISIS DE SANGRE.

DE CORAZÓN A



Massimo, busco damas para amistad y luego una relación seria, si hay buena química. Mi correo es: **grizzley1976@hotmail.com**

Hombre de 42 años desea conocer dama sin hijos para una relación seria. Escribir a: **tuincondicional2013@gmail.com**

Tengo 50 años, busco una relación seria con una mujer, que viva en Lima. Enviar mensaje al correo: **renato1958123@hotmail.com**

Enviar sus cartas a la siguiente dirección: **susanaamor2012@gmail.com**



CRISTAL VENCIÓ A JUAN PABLO EN EL GALLARDO

En un Alberto Gallardo sin público por suspensión, Sporting Cristal (15 puntos) derrotó 3-2 a Juan Pablo II (6 unidades) por la Liga 1.

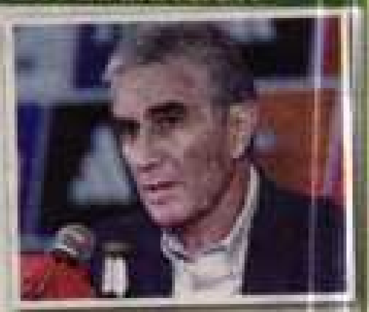
Emiliano Villar (10') adelantó a la visita. Martín Távara (22') y 'Canchita' Gonzáles (29' y 45+5') le dieron vuelta, pero Álvaro Rojas (67') alcanzó a descontar y los 'celestes' terminaron pidiéndole la hora al árbitro.



EL 'CIEGO' OBLITAS DEMANDÓ A LA FEDERACIÓN

Meses después de haber sido sacado de su cargo como director general de fútbol, Juan Carlos Oblitas presentó una demanda contra la FPF por un supuesto despido arbitrario.

El 'Ciego' exigió indemnización económica y el reconocimiento de beneficios laborales. El Poder Judicial declaró inadmisible su recurso y le dio 5 días para subsanar observaciones.



PA' MANTENER EL SUEÑO

Con presiones. Por la ida de la semifinal de la Champions League, Arsenal y PSG chocarán (2:00 p. m.) en el Emirates Stadium.

'Gunners' y 'parisiens' llegan al coloso londinense con sus temporadas ligueras prácticamente finalizadas, por lo que saldrán con todo.

El conjunto inglés dejó atónito al mundo tras dominar y eliminar al Real Madrid en la fase anterior con un histórico 5-1 en el global.

Tirando de un sistema ordenado, Mikel Arteta metió a su equipo entre los 4 mejores de Europa, pero ahora deberá prepararse para un duelo de pizarras.

El elenco parisino se instaló en las 'semis' tras una infartante llave ante Aston Villa que se superó por un solo gol.

Luis Enrique implantó su filosofía con éxito, logrando que se extrañe poco a Kylian Mbappé, aunque llega de perder su invicto en Ligue 1 después de 30 fechas y eso podría traducirse en un deterioro del plantel.



Arsenal y Paris Saint-Germain, 2 clubes que no saben cuánto pesa la 'orejona', se verán las caras en el Emirates Stadium por la primera semifinal.

SOLANO QUIERE EL MANDO DE LA SELECCIÓN PERUANA

En una entrevista para 'Flashcore', Nolberto Solano admitió tener el puesto de seleccionador nacional como su máximo objetivo.

"Así como cuando era chiquito y soñaba con jugar en la Selección. Tengo que hacer muchos méritos porque es un lugar especial. Yo creo que, así como yo, un montón de técnicos peruanos tienen la misma ambición. Es lo máximo que te puede pasar, más aún con la experiencia de haber estado como asistente y jugador", comentó el actual DT de Santos FC.



"PAOLO ES ÍDOLO EN BRASIL"

André Carrillo, futbolista del Corinthians, reconoció la imborrable huella que Paolo Guerrero dejó en el país de la samba gracias a su paso por el 'Timao', Flamengo, Inter y Avaí.

"Todo el mundo lo recuerda. Tú dices Perú y te responden Paolo Guerrero. Él es ídolo acá y alguien súper recordado no solo en Corinthians, sino en todo el fútbol brasilero. Es un delantero respetadísimo", le reveló a 'EFDL Contenidos'.



'CULEBRA' CON NUEVO DT



Dorival Júnior, quien hasta hace un mes se encontraba a la cabeza de la Selección Brasileña de Fútbol, fue anunciado como nuevo entrenador del Corinthians de André Carrillo.

El estratega brasileño de 63 años firmó un vínculo con el 'Timao' hasta finales del 2026, y su principal objetivo será meterlo en las peleas por el Brasileirao y la Copa Sudamericana.

*Recordemos que el volante peruano tiene contrato con el 'Coringao' hasta esa misma fecha.



EL 'VIEJO' YA LE HABÍA PUESTO EL OJO

Tras la tremenda goleada por 6 a 0 que Universitario le clavó a UTC este domingo en el Estadio Monumental, Jorge Fossati aseguró no estar sorprendido por el gran nivel que César Inga viene demostrando.

"En 2024 a César lo teníamos en el radar de la Selección Peruana. No estaba en la 'U' y aún así le vimos muchas cualidades, pero proyectándolo como un posible lateral, porque es donde yo lo había visto jugar. Ahora como stopper tuvo otra gran actuación", analizó el 'Nonno'.

> Alejandro Domínguez confirmó a Lima como sede de la final de la Copa Libertadores de este año.

POR OTRA FIESTA MONUMENTAL

Cerrado. Tras una larga reunión entre la Conmebol, la jefa de Estado y la Federación Peruana de Fútbol en el Palacio de Gobierno, se le dio el visto bueno a nuestra capital para oficializarla como sede de la final de la Copa Libertadores 2025.

El anuncio fue liberado por la presidenta Dina Boluarte, quien estuvo acompañada por Alejandro Domínguez, presidente de la Confederación Sudamericana de Fútbol.

"Esto ratifica a nuestro país como uno de los destinos deportivos más atractivos del continente. El Gobierno del Perú se ha comprometido a dar todas las garantías necesarias para el éxito de este evento continental, tal como lo haremos con los Juegos Bolivarianos", declaró 'Retoquitos'.



A su vez, Domínguez aseguró que la presencia de Boluarte fue un factor clave para la decisión.

"Esto es partir del compromiso de la señora presidenta. Su participación hizo que la balanza pese a favor del Perú. Ahora toca prepararnos para la fiesta deportiva más grande del fútbol sudamericano", agregó el paraguayo.

Si bien no se han dado otros detalles, todo hace indicar que el Estadio Monumental de Ate volverá a albergar la final como en el 2019, debido a su capacidad para recibir a más de 80 mil espectadores.

El evento está pactado para el 29 de noviembre y el país deberá alistarse para recibir a miles de hinchas y turistas.



Histórico. Footy Headlines, página especializada en la filtración de información sobre camisetas de fútbol, aseguró que la equipación alterna de Brasil para el Mundial de 2026 será totalmente roja y tendrá el logo de Jordan en el pecho.



MEJORA. **"Tengo un tiempito más de recuperación para estar al 100%. Tenemos 1 o 2 semanas para volver", declaró Alan Cantero, atacante de Alianza Lima, por el estado de su lesión.**



Al norte. Reportes indican que el choque pendiente entre Atlético Grau y Universitario podría realizarse en junio, una vez terminadas las fases de grupos de Libertadores y Sudamericana, en el Mansiche de Trujillo.

